

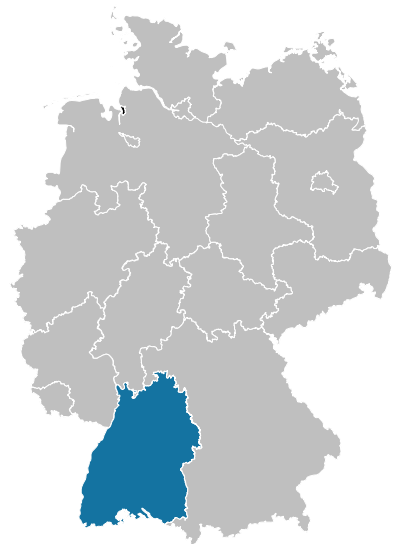


**Gesunde
Lebenswelten**
EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN

2026

Ersatzkassengemeinsame Prävention und Gesundheitsförderung in Baden-Württemberg

Sonderausgabe März 2026



VORWORT

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser der vor Ihnen liegenden aktuellen Ausgabe!

Wieder blicken wir auf ein erfolgreiches Berichtsjahr 2025 mit vielen ersatzkassengemeinsamen Projekten zur Prävention und Gesundheitsförderung zurück. Dieses war geprägt von konstruktiven und gewinnbringenden Vorhaben sowie einer wertschätzenden Zusammenarbeit.

Wir sind in ganz Baden-Württemberg unterwegs und insbesondere in den Städten Mannheim, Stuttgart, Karlsruhe und Freiburg präsent. Wir werden im Einzelnen in dieser Ausgabe wiederum auf die aktuellen Sachstände der Projekte eingehen und immer auch einen Blick in die Zukunft wagen.



Abbildung 1: Das vdek-Präventionsteam: Larissa Reich, teamw()rk für Gesundheit und Arbeit, Marc-Sidney Litzkow, TK-Experte, Jill Stahl, Ersatzkassen gemeinsame Projekte, Katja Lampke, Regionale BGF-Koordinierungsstelle, Frank Winkler, vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Sarah Back, BARMER-Expertin (von links nach rechts) (Quelle: vdek)

Das vdek-Präventionsteam setzt präventive, gesundheitsförderliche und gesundheitsfördernde Projekte und Programme für die Ersatzkassen in Baden-Württemberg um. Ob es sich nun um GKV- oder Bündnis 52-Projekte, Ersatzkassen gemeinsame Herausforderungen, betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) oder gesundheitliche Maßnahmen der Landesrahmenvereinbarung (LRV) Baden-Württemberg handelt. Ebenso teamw()rk für Gesundheit und Arbeit oder Health in all policies (HiAP) im kommunalen Setting. Mit der Fachexpertise der Präventionsbeauftragten wird konstruktiv-kritisch analysiert, abgewogen, bewertet und entschieden.

Freuen Sie sich darauf, unsere Ersatzkassen gemeinsamen Projekte etwas genauer anzuschauen. Gemeinsam mit unseren Mitgliedskassen, der TK, der BARMER, der DAK-Gesundheit, der KKH, der hkk und der HEK haben wir uns wiederum entschlossen auf den Weg gemacht, qualitativ hochwertige Präventionsprojekte pragmatisch und zum Nutzen der Beteiligten umzusetzen.

Bei unserer diesjährigen gesundheitspolitischen vdek-Veranstaltung der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg am 21. Oktober in der Alten Kanzlei in Stuttgart diskutierten sechzig ausgewiesene Expertinnen und Experten des baden-württembergischen Gesundheitswesens über das Spannungsfeld von guter Gesundheitsversorgung und einer starken Demokratie. Darüber werden wir selbstverständlich auch berichten.

Frank Winkler, stellv. Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg
im März 2026

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort.....	2
Hintergrund	6
1. Karlsruhe: Suchtfrei im Alter (Projektlaufzeit 15.12.2021 – 14.12.2025).....	7
1.1 Zielgruppe und Ziele des Projekts	7
1.2 Umsetzung der Angebotssäulen.....	8
2. Freiburg: Next Balance – Stärkung der psychischen und physischen Gesundheit durch einen bewussten Umgang mit Schönheits- und Fitnessinhalten in sozialen Medien (Projektlaufzeit 01.01.2025 – 31.12.2026)	11
2.1 Zielgruppe und Ziele des Projekts	11
2.2 Schulworkshops	12
2.3 Ferienangebote	13
2.4 Sonstige Workshops	16
2.5 Infoabende für Erziehungsberechtigte	16
2.6 Fach- und Informationsveranstaltungen	17
3. GEKO – Gesundheit. Empowerment. Kompetenz. Offenheit. Ein Projekt zur Stärkung der gesundheitlichen Chancengleichheit in Mannheim-Rheinau. (Projektlaufzeit: 01.11.2026 – 31.10.2028)	18
3.1 Zielgruppe und Ziele des Projekts	18
3.2 Bedarfe und Erfahrungswerte aus dem Vorgängerprojekt	18
3.3 Planung handlungsfeldbezogener Maßnahmen	19
4. vdek-Veranstaltung „Zielbild Gesundheit – starke Versorgung, starke Demokratie“	23
Literaturverzeichnis	31

Abbildungsverzeichnis

<i>Abbildung 1: Das vdek-Präventionsteam: Larissa Reich, teamw()rk für Gesundheit und Arbeit, Marc-Sidney Litzkow, TK-Experte, Jill Stahl, Ersatzkassen gemeinsame Projekte, Katja Lampke, Regionale BGF-Koordinierungsstelle, Frank Winkler, vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Sarah Back, BARMER-Expertin (von links nach rechts) (Quelle: vdek)</i>	2
<i>Abbildung 2: Ersatzkassengemeinsame Projekte der vdek-LV Baden-Württemberg (Quelle: Eigene Darstellung)</i>	6
<i>Abbildung 3: Angebotssäulen im Projekt (Quelle: Landratsamt Karlsruhe)</i>	7
<i>Abbildung 4: Statistik der Teilnehmenden (Quelle: Landratsamt Karlsruhe)</i>	10
<i>Abbildung 5: TikTok-Tanzworkshop (Quelle: Jugendhilfswerk Freiburg e. V.)</i>	14
<i>Abbildung 6: Jugendliche beim gemeinsamen Zubereiten von Mahlzeiten (Quelle: Jugendhilfswerk Freiburg e. V.)</i>	15
<i>Abbildung 7: Frank Winkler, Moderator und Leiter Politik und Kommunikation der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Dr. Karsten Braun, Vorsitzender des Vorstands der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg, Andreas Klein, Vorstandsvorsitzender Medizinischer Dienst Baden-Württemberg, Michael Mruck, Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Peter Weiß, Bundeswahlbeauftragter für die Sozialwahlen, Nadia Mussa, Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg, Matthias Einwag, Hauptgeschäftsführer der Baden-Württembergischen Krankenhausgesellschaft (BWKG) (von links nach rechts). (Quelle: vdek)</i>	23
<i>Abbildung 8: Frank Winkler moderierte (Quelle: vdek)</i>	24
<i>Abbildung 9: Interessiertes Publikum (Quelle: vdek)</i>	25
<i>Abbildung 10: Impulsreferat von Peter Weiß, Bundeswahlbeauftragter für die Sozialwahlen (Quelle: vdek)</i>	25
<i>Abbildung 11: Nadia Mussa, Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg (Quelle: vdek)</i>	27
<i>Abbildung 12: Schlusswort Michael Mruck (Quelle: vdek)</i>	28
<i>Abbildung 13: Programmablauf der Veranstaltung am 21. Oktober 2025 (Quelle: vdek)</i>	28

Tabellenverzeichnis

<i>Tabelle 1: Angebotene Infoveranstaltungen im Jahr 2025 (Quelle: Jugendhilfswerk Freiburg e. V., eigene Darstellung)</i>	17
--	----

HINTERGRUND

Das Präventionsgesetz, welches 2015 in Kraft trat, stärkt den Versorgungsbereich der Prävention und Gesundheitsförderung. Mit der Erstellung des vdek-Präventionskonzeptes 2016 und unter der Dachmarke „Gesunde Lebenswelten“ bündeln die Ersatzkassen ihr Engagement für sozial benachteiligte Menschen in nichtbetrieblichen Lebenswelten nach § 20a SGB V und in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI. Das vdek-Präventionskonzept definiert finanzielle und strukturelle Voraussetzungen, um in Bund und Ländern Ersatzkassen gemeinsame sowie sozialversicherungsübergreifende bzw. kassenartenübergreifende Präventionsprojekte umzusetzen.

Grundlage der Umsetzung von Maßnahmen bildet der Leitfaden Prävention. Der Leitfaden Prävention wurde im Dezember 2022 um das Querschnittsthema „Klimawandel und Gesundheit“ erweitert. In neuen Ersatzkassen gemeinsamen Projekten wird dieses Thema nun von Beginn an mitgedacht.

Von Dezember 2021 bis Dezember 2025 lief das Projekt „Suchtfrei im Alter“ in Kooperation mit dem Landratsamt Karlsruhe. Das Projekt „Next Balance“ mit dem Jugendhilfswerk Freiburg e. V. startete im Januar 2025 in eine zweijährige Laufzeit. Im Herbst 2025 überzeugte der Projektantrag „GEKO – Gesundheit. Empowerment. Kompetenz. Offenheit.“ des Vereins Duha e. V. Mannheim. Das Projekt begann im November 2025. In dieser Sonderausgabe wird über die Arbeit im Jahr 2025 dieser drei genannten ersatzkassengemeinsamen Projekte berichtet.

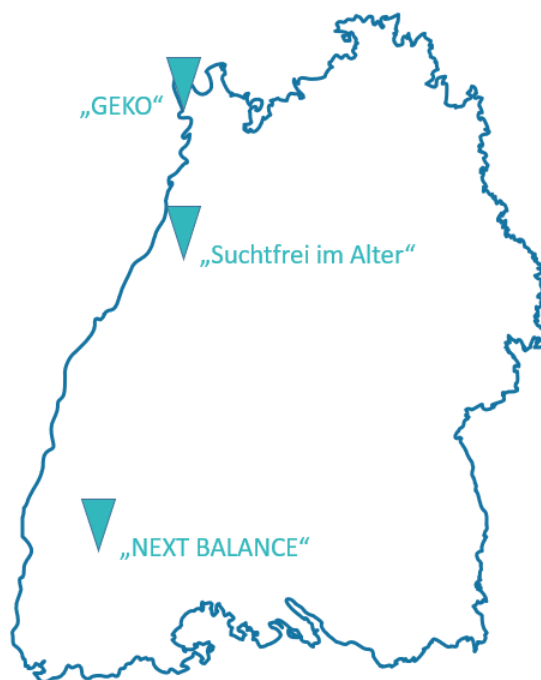


Abbildung 2: Ersatzkassengemeinsame Projekte der vdek-LV Baden-Württemberg (Quelle: Eigene Darstellung)

1. KARLSRUHE: SUCHTFREI IM ALTER (PROJEKTLAUFZEIT 15.12.2021 – 14.12.2025)



1.1 Zielgruppe und Ziele des Projekts

Ziel des Projekts war es, ältere Menschen und ihr Umfeld im Landkreis Karlsruhe zu Risiken von Suchtmittelkonsum und Suchterkrankungen zu sensibilisieren und entsprechende Strukturen im Landkreis Karlsruhe auszubauen und nachhaltig zu verstetigen. Das Projekt basierte auf fünf zentralen Angebotssäulen, welche die inhaltlichen und organisatorischen Maßnahmen strukturieren.

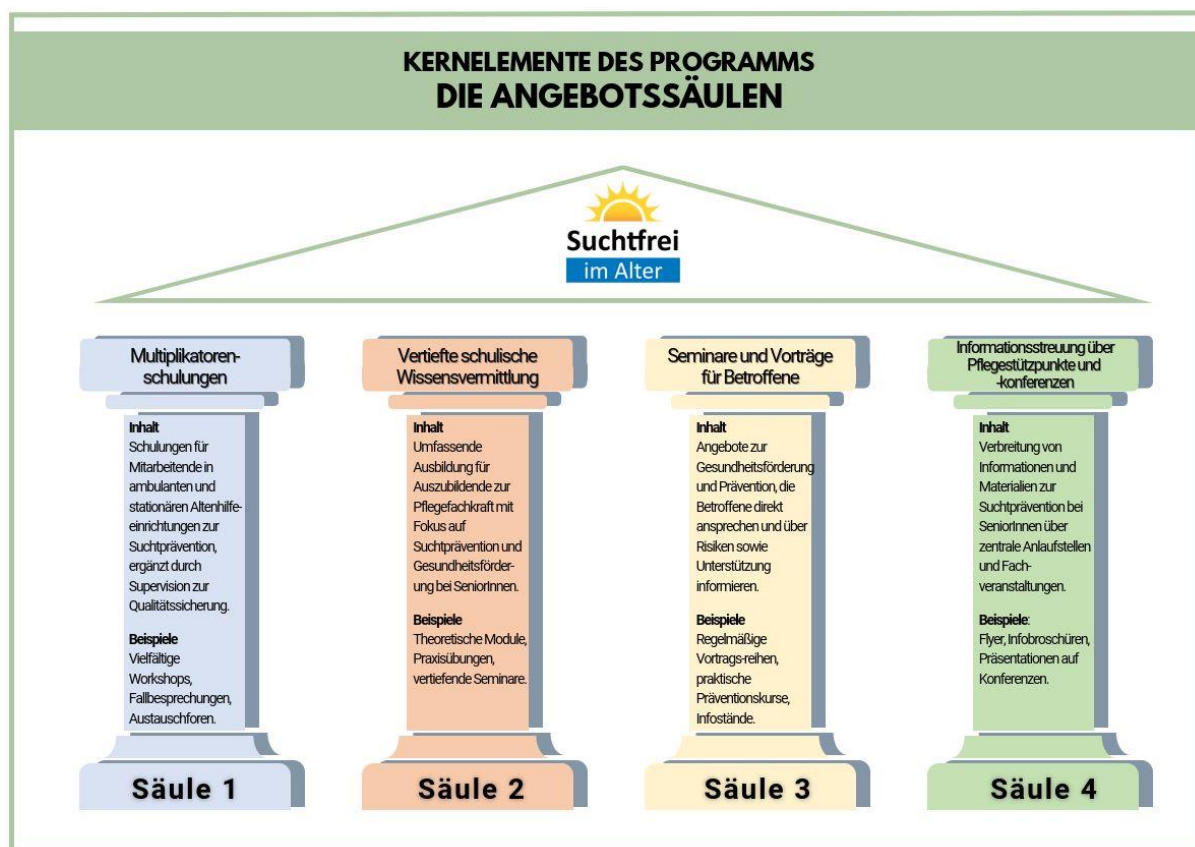


Abbildung 3: Angebotssäulen im Projekt (Quelle: Landratsamt Karlsruhe)

1.2 Umsetzung der Angebotssäulen

Die erste Säule bildeten Multiplikator:innenschulungen für Mitarbeiter:innen in ambulanten und stationären Altenhilfeeinrichtungen mit anschließenden Supervisionseinheiten. Ziel war es, eine interne Suchtbeauftragte bzw. einen internen Suchtbeauftragten in der Einrichtung zu etablieren. Es wurden insgesamt 34 Einrichtungen kontaktiert. Sechs Altenhilfeeinrichtungen kooperierten aktiv im Projekt. Dabei standen Informations- und Beratungsangebote zur Suchtprävention im Mittelpunkt, die auf die jeweilige Einrichtungssituation abgestimmt wurden. Besonders wirksam waren praxisnahe Übungen und ein niedrigschwelliger Zugang, die den Teilnehmenden konkrete Handlungsoptionen für den Pflegealltag eröffneten.

In vielen Pflegeeinrichtungen gestaltete sich die Umsetzung zusätzlicher Angebote jedoch schwierig, da das Thema nicht überall als prioritär wahrgenommen wurde und der Arbeitsalltag bereits stark durch verpflichtende Fortbildungen strukturiert ist.

Aus diesen Erfahrungen leitet sich die Erkenntnis ab, Schulungen möglichst kompakt und ohne Unterbrechung zu planen. Positiv ist, dass mehrere Einrichtungen Schulungen fest in ihre Jahresplanung aufgenommen haben. Die Anpassung der Inhalte an die Zielgruppe – mit Reflexion eigener Strukturen, Austausch über Sucht und Prävention im Pflegealltag und Raum für Erfahrungsaustausch anhand von Praxisbeispielen – trug zu einem ersten erkennbaren Kulturwandel bei. Die Pflegekräfte begannen damit, institutionelle Routinen kritisch zu hinterfragen. Herausfordernd blieben Terminüberschneidungen, personelle und organisatorische Engpässe sowie begrenzte zeitliche Ressourcen im Projektteam. Versuche mit Online-Schulungen hatten nur begrenzt Erfolg, da Präsenzformate von den Einrichtungen deutlich bevorzugt und als wirksamer erlebt wurden. Zugleich zeigte sich ein fortbestehender Bedarf an begleitenden Supervisionseinheiten, um die Nachhaltigkeit der begonnenen Veränderungen zu sichern.

Die zweite Angebotssäule zielte auf eine vertiefende schulische Wissensvermittlung für Auszubildende zur Altenhilfefachkraft ab. Die Einbindung von Berufsschulen sollte das Thema Suchtprävention nachhaltig in der Aus- und Weiterbildung verankern und Auszubildende zur Pflegefachkraft für das Thema „Suchtfrei im Alter“ sensibilisieren. In den Berufsschulen sind die zeitlichen Ressourcen stark eingeschränkt, da Stundenpläne eng getaktet und sämtliche Unterrichtsstunden fest verplant sind. Für zusätzliche oder freiwillige Themen bleibt im schulischen Alltag kaum Raum. Dennoch konnten zwei berufliche Schulen im Landkreis Karlsruhe gewonnen werden, die regelmäßig Vorträge und Seminare für Auszubildende durchführen, um das Thema „Suchtfrei im Alter“ fest in die Ausbildung von Pflegefachkräften zu integrieren. Zur Unterstützung dieser Angebote wurden passgenaue Schulungskonzepte entwickelt, die sowohl in den Schulen als auch in Altenhilfeeinrichtungen Anwendung fanden. Diese Konzepte dienten der Kompetenzförderung von Mitarbeitenden sowie Auszubildenden und schufen damit eine Grundlage, suchtpreventive Ansätze langfristig in die Praxis zu integrieren.

In der Praxis zeigte sich, dass Pflegefachkräfte, insbesondere in der ambulanten Pflege, häufig nur einen begrenzten Handlungsspielraum haben. Im ambulanten Bereich erschweren die Arbeitsbedingungen zusätzlich den Zugang zu potenziell Betroffenen. Pflegekräfte betreuen Menschen in deren privatem Umfeld, in welchem diese eigenständig mit Medikamenten umgehen und oft nur wenige soziale Kontakte haben. Dadurch fehlen im Vergleich zum stationären Setting die Kontrolle und das frühzeitige Eingreifen. Der Pflegealltag ist zudem stark durch gesetzliche Vorgaben und verpflichtende Schulungen geprägt. Freiwillige Fortbildungen müssen langfristig geplant werden, da Dienstpläne frühzeitig feststehen. Pflegefachkräfte werden in der Regel nicht für Fortbildungen freigestellt, sodass nur besonders engagierte Mitarbeitende externe Weiterbildungsangebote wahrnehmen. Für zusätzliche Themen außerhalb des originären Aufgabenbereichs, wie etwa Suchtprävention, fehlt oft die zeitliche und organisatorische Kapazität.

Die dritte Säule hat die Angehörigen sowie (potenziell) betroffene Senior:innen als Zielgruppe, die mit Seminaren und Vorträgen zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention erreicht werden sollten. Hierbei zeigte sich, dass eingeschränkte soziale Teilhabe und die weiterhin bestehende Stigmatisierung des Themas Sucht und speziell Sucht im Alter eine offene Ansprache erschwerten. Klassische Veranstaltungsformate stießen daher nur auf begrenzte Resonanz und die Teilnahme blieb gering, sodass sich gezielt auf erfolgreichere Formate der anderen Säulen konzentriert wurde. Gleichzeitig konnten jedoch wertvolle Erkenntnisse und positive Entwicklungen verzeichnet werden. Mehrere Nachbarschaftshilfen und Senior:innengruppen zeigten großes Interesse an den Inhalten. Die behandelten Themen entsprachen dem Bedarf der Zielgruppe, insbesondere in Bezug auf den Lebensalltag, das Konsumverhalten und den Umgang mit Genussmitteln. Auch Schulungen für ehrenamtlich Engagierte trugen spürbar zur Bewusstseinsbildung und zum Erfahrungsaustausch bei.

In Form einer vierten Angebotssäule wurden Informationen über die Pflegestützpunkte und die kommunalen Pflegekonferenzen gestreut. Dies erfolgte mit Unterstützung engagierter Netzwerkpartner:innen, die Inhalte zuverlässig weiterleiteten und so zur Sichtbarkeit des Projekts beitrugen. Trotz dieser guten Zusammenarbeit blieb die Resonanz auf die Angebote gering. Aktivitäten wie die Teilnahme an kommunalen Gesundheitskonferenzen oder Kooperationstreffen führten zwar zu Austausch, allerdings kaum zu weiterführenden Maßnahmen. Ab Ende 2024 wurden daher keine weiteren separaten Vortragstermine mit den Pflegestützpunkten angeboten. Positiv hervorzuheben ist das kontinuierliche Engagement über Pflegekonferenzen, das die Präsenz des Projekts im regionalen Fachnetzwerk sicherte.

Die fünfte Säule deckte die Etablierung spezifischer Angebote für ältere Menschen zur individuellen Prävention insbesondere des Tabak- und Alkoholkonsums ab. Aufgrund fehlender Nachfrage wurde diese nicht weiterverfolgt und der Fokus auf die Umsetzung der übrigen Säulen gelegt.

Ein weiterer Schwerpunkt lag auf der Sensibilisierung der Fachöffentlichkeit sowie der Vernetzung relevanter Akteur:innen. Informationsveranstaltungen, Vorträge und Gesprächsrunden fanden auf Pflege- und Gesundheitskonferenzen, Messen, Beiratssitzungen sowie in Senior:innenzentren, Frauencafés und im Rahmen von Gesundheitswochen statt. Die Angebote richteten sich an Fachkräfte, kommunale Entscheidungsträger:innen, Praxisakteur:innen, ältere Menschen und Angehörige. Parallel dazu ermöglichte die Netzwerkarbeit mit Kommunen, Fachverbänden, Wohlfahrtsorganisationen und lokalen Initiativen eine breite Streuung der Materialien und stärkte nachhaltig die Schnittstellen zwischen Pflege, Suchthilfe und Senior:innenarbeit.

Insgesamt wurden im Projektzeitraum 69 Veranstaltungen innerhalb der vier Angebotssäulen durchgeführt und es nahmen im Projektzeitraum etwa 2.000 Personen an den verschiedenen Veranstaltungen teil. Das Projekt „Suchtfrei im Alter“ hat das Thema in Fachwelt und Öffentlichkeit sichtbar gemacht. Es gelang, relevante Akteur:innen zu sensibilisieren und tragfähige Kooperationen aufzubauen.

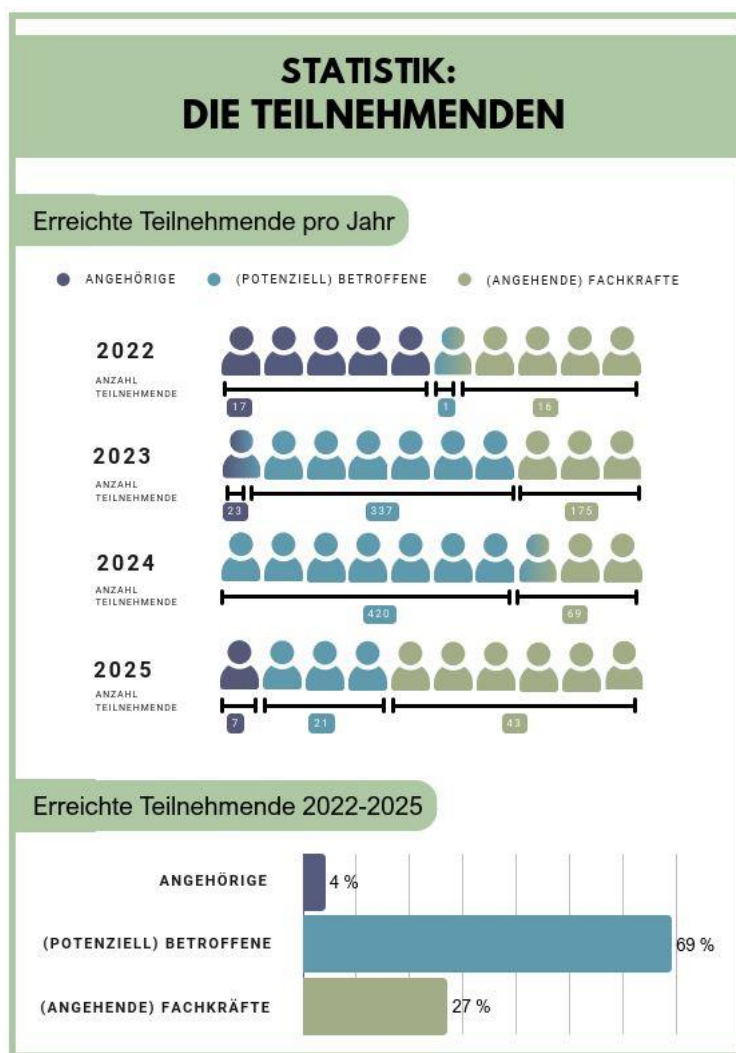


Abbildung 4: Statistik der Teilnehmenden (Quelle: Landratsamt Karlsruhe)

Zu den nachhaltigen Outputs des Projektes „Suchtfrei im Alter“ zählen praxisorientierte Leitfäden und Handreichungen für Altenhilfe und Pflege, Informationsmaterialien für Ältere und Angehörige sowie Schulungsmaterialien für Multiplikator:innen, Fachkräfte und Ehrenamtliche.

2. FREIBURG: NEXT BALANCE – STÄRKUNG DER PSYCHISCHEN UND PHYSISCHEN GESUNDHEIT DURCH EINEN BEWUSSTEN UMGANG MIT SCHÖNHEITS- UND FITNESSINHALTEN IN SOZIALEN MEDIEN (PROJEKTLAUFZEIT 01.01.2025 – 31.12.2026)

NEXT BALANCE

GESUNDER UMGANG MIT SOCIAL MEDIA

Das Projekt „Next Balance“ bezieht sich auf das Thema Schönheits- und Fitnessinfluencer:innen in sozialen Medien und das damit verbundene psychische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen. Weiterer Schwerpunkt des Projekts sind die Themen Körper und Ernährung sowie ökologische Nachhaltigkeit.

2.1 Zielgruppe und Ziele des Projekts

Zielgruppe des Projekts sind Kinder und Jugendliche im Alter von zehn bis 21 Jahren (aus psychisch und suchtbelasteten Familien) sowie Eltern und pädagogische Fachkräfte. Ziel ist es, eine ausgeglichene und gesunde Mediennutzung zu fördern und Jugendlichen ein differenziertes Verständnis für den Einfluss von Social Media und Körperidealen zu vermitteln.

Dazu werden acht Workshops und Informationsveranstaltungen durchgeführt, darunter Ferienangebote in der Einrichtung und Workshops in Kooperation mit unterschiedlichen Schulen in Freiburg und der Umgebung.

Im Fokus des Projekts steht die Auseinandersetzung mit zentralen Themen der digitalen Lebenswelt junger Menschen, darunter soziale Netzwerke, Influencer:innen, Schönheitsideale, Medienabhängigkeit, Cybergrooming¹ sowie aktuelle digitale Trends. Durch eine zielgruppenspezifische, methodisch vielfältige und lebensweltorientierte Ausgestaltung der Angebote können Kinder und Jugendliche ebenso wie Eltern und Fachkräfte für Chancen und Risiken digitaler Medien sensibilisiert und in ihrer Handlungssicherheit gestärkt werden.

Geplant waren insgesamt drei Workshops für Kinder und Jugendliche im Jahr 2025. Aufgrund der hohen Nachfrage aus Schulen und Wohngruppen konnte das Angebot jedoch deutlich ausgeweitet werden. So konnten im genannten Zeitraum bereits sechs Medienworkshops für Kinder und Jugendliche im Alter von zehn bis 18 Jahren durchgeführt werden.

2.2 Schulworkshops

„Fake oder Real? Schönheitsideale und Fitnesstrends auf Social Media“ am 17. Januar 2025

In einem der Workshops hinterfragten 50 Schüler:innen der Klassenstufe sechs im Alter von elf und zwölf Jahren Fitness- und Schönheitstrends auf Social Media kritisch und setzten sich mit möglichen Gefahren im Netz auseinander. In Kleingruppen wurden Fallbeispiele ausgearbeitet, in denen sich die Schüler:innen mit Beiträgen von Influencer:innen auseinandersetzten. Zum Abschluss sammelten die Schüler:innen Ideen, wie sie den Druck durch Schönheitsideale im Internet verringern können. Dabei nannten sie unter anderem, sich auch einmal ohne Filter zu zeigen, sich nicht mit anderen zu vergleichen und sich selbst so zu akzeptieren, wie man ist.

„Dieser Raum [für die Workshops] und auch die Wertschätzung, das war für die Schüler:innen schon ein ganz toller Moment.“

„Ohne das Projekt Medienbildung hätte ich das so stark gar nicht miterlebt, wie meine Schüler:innen online unterwegs sind.“

Rückmeldung einer Lehrkraft zu den Schulworkshops

¹ Definition: „Cybergrooming bezeichnet die gezielte Anbahnung sexueller Kontakte gegenüber Kindern und Jugendlichen im Internet.“ (Quelle: Klicksafe, 2024, S. 5)

„Influencer:innen auf Social Media“ vom 19. bis 30. September 2025

Im Rahmen des im Lehrplan verankerten Kurses „Medienbildung“ konnten elf Teilnehmende im Alter von zehn bis zwölf Jahren ihr eigenes Medienverhalten reflektieren. So erstellten die Teilnehmenden beispielsweise einen Medienkreis, um darzustellen, wie viel Zeit sie täglich für Schlaf, Schule, Freundschaften und weitere Aktivitäten aufwendeten und welche Rolle die Mediennutzung dabei spielte. Zudem wurde über Grenzverletzungen und Übergriffe im Internet gesprochen und gemeinsam erarbeitet, welche Schutzmaßnahmen sinnvoll sind. Darüber hinaus setzten sich die Schüler:innen kritisch mit Werbebildern auseinander und diskutierten, in welchen Fällen der Einsatz von Künstlicher Intelligenz bei Hausaufgaben angemessen wäre und wann nicht.

„Mir hat alles Spaß gemacht, ich habe ein paar neue Apps kennengelernt, und kann jetzt unterscheiden, welche Apps gut und welche nicht so gut sind.“

Rückmeldung aus dem Kreis der Schüler:innen zu einem der Schulworkshops

2.3 Ferienangebote

„Influencer:innen-Produkte im Check“ vom 5. bis 7. März 2025

Zwei Teilnehmende im Alter von zwölf und 13 Jahren setzten sich mit Influencer:innen-Produkten auseinander und nahmen diese kritisch unter die Lupe. Mithilfe einer digitalen Schnitzeljagd wurden entsprechende Produkte in Geschäften gesucht und hinsichtlich ihrer Inhaltsstoffe sowie ihres Preises genauer betrachtet. Außerdem wurde gemeinsam gekocht und ein eigenes Quiz zu Influencer:innen und deren Produkten erstellt und gespielt.

„TikTok-Tanzworkshop für Mädchen*“ vom 15. bis 17. April 2025

In den Osterferien 2025 fand der TikTok-Tanzworkshop statt. Sechs Teilnehmende im Alter von elf bis 13 Jahren waren an der Entwicklung einer eigenen Choreografie sowie der Produktion eines gemeinsamen Tanzvideos beteiligt.



Abbildung 5: TikTok-Tanzworkshop (Quelle: Jugendhilfswerk Freiburg e. V.)

Das tägliche gemeinsame Kochen mit saisonalen und regionalen Zutaten regte Gespräche zu gesunder Ernährung und einem bewussten Umgang mit Ressourcen an. Außerdem gestalteten die Jugendlichen ihre eigenen Tanzoutfits durch Batiken und Upcycling alter Kleidungsstücke, wodurch das Bewusstsein für Nachhaltigkeit gestärkt wurde.

„Ich fand alles top, weil es allgemein Spaß gemacht hat. Ich bin so stolz auf alle!“

„Ich wollte ja am Anfang nicht mittanzen aber als wir alle zusammen getanzt haben, habe ich mir zugetraut.“

Rückmeldungen von den Teilnehmer:innen des Tanzworkshops

„Foodtrends im Test“ vom 8. bis 10. September 2025

Dieser ausgebuchte Workshop fand in den Sommerferien statt. Teilgenommen haben zwölf Jugendliche im Alter von 13 bis 15 Jahren. Ziel des Workshops war es, aktuelle Foodtrends aus dem Internet, insbesondere von der Plattform TikTok, gemeinsam zu erproben und zu hinterfragen.



Abbildung 6: Jugendliche beim gemeinsamen Zubereiten von Mahlzeiten (Quelle: Jugendhilfswerk Freiburg e. V.)

Die Teilnehmenden suchten sich eigenständig verschiedene Trends aus, kauften die benötigten Zutaten ein und bereiteten die Gerichte gemeinsam zu. Neben dem praktischen Kochen entwickelten die Teilnehmenden ein eigenes Rezeptbuch. Am letzten Workshoptag wurde das Programm durch den Besuch einer Gesundheitspädagogin ergänzt. Sie informierte über verschiedene aktuelle Foodtrends wie „Süßigkeiten-Salat“, „Raw Meat Food“ oder „Iced Matcha Latte“ und besprach gemeinsam mit den Jugendlichen deren Vor- und Nachteile. Zum Abschluss bereiteten die Teilnehmenden gemeinsam eine „Buddha Bowl“ zu, die ebenfalls als aktueller Foodtrend vorgestellt und in Bezug auf Zutaten und Zubereitung reflektiert wurde.

2.4 Sonstige Workshops

„Gefahren im Netz und Einfluss sozialer Medien – Mädchen“ am 20. Mai 2025

Auf Anfrage einer Wohngruppe wurde ein Workshop für fünf Teilnehmende im Alter von zwölf bis 18 Jahren durchgeführt. Ziel der Maßnahme war es, die Teilnehmenden für Risiken und Herausforderungen im digitalen Raum zu sensibilisieren und ihre Medienkompetenz zu stärken. Inhaltlich standen zentrale Themen wie Cybergrooming, Medienabhängigkeit sowie Schönheitsideale in sozialen Netzwerken im Fokus. Zur Vermittlung dieser Inhalte wurden verschiedene pädagogische Methoden eingesetzt, z. B. ein themenspezifischer Film mit Schwerpunkt Cybergrooming. Im weiteren Verlauf des Workshops fand ein offener Austausch statt, in dem die Jugendlichen ihre eigenen Erfahrungen einbringen konnten. Gemeinsam erarbeiteten sie angemessene Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit Kontaktanfragen unbekannter Personen im Internet.

2.5 Infoabende für Erziehungsberechtigte

Von Januar bis Dezember 2025 waren zwei Medien-Abende für Eltern vorgesehen. Sie fanden am 14. Oktober 2025 und am 4. November 2025 statt. Die Medien-Infoabende widmeten sich unterschiedlichen medienbezogenen Fragestellungen, mit denen viele Familien im Alltag konfrontiert sind. Im Mittelpunkt standen dabei Themen rund um die Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen, mögliche Herausforderungen im familiären Zusammenleben sowie der verantwortungsvolle Umgang mit digitalen Angeboten. Ziel der Veranstaltungen war es, Eltern Orientierung zu bieten, Unsicherheiten abzubauen und sie in ihrer Erziehungskompetenz im digitalen Zeitalter zu stärken. Durch das offene Veranstaltungsformat ohne vorherige Anmeldung und ohne Teilnahmegebühren wurde ein bewusst niedrigschwelliger Zugang geschaffen. Dadurch erhielten auch Familien, die sonst nur schwer Zugang zu Beratungs- oder Informationsangeboten finden, die Möglichkeit zur Teilnahme. In einem geschützten und wertschätzenden Rahmen konnten die Eltern ihre Fragen, Sorgen und Erfahrungen einbringen. Gleichzeitig erhielten sie Einblicke in die Bedeutung digitaler Medien für die Lebenswelt vieler Kinder und Jugendlicher. Dabei wurde deutlich, dass Medien für junge Menschen nicht nur Risiken bergen, sondern auch wichtige soziale, kreative und kommunikative Funktionen erfüllen. Am Infoabend mit dem Titel „Medienflut: wann ist's gut?“ nahmen fünf Erziehungsberechtigte teil und der Infoabend mit dem Titel „Medien in der Kindheit“ hatte zehn Teilnehmende.

Das Projekt startete im Januar 2025. Bis Dezember 2025 wurden mit den verschiedenen Angeboten über 200 Kinder, Jugendliche, Eltern und pädagogische Fachkräfte erreicht. Davon nahmen insgesamt 86 Mädchen* und Jungen* im Alter von zehn bis 18 Jahren an den Workshops teil. Die Fach- und Informationsveranstaltungen wurden von insgesamt 96 pädagogischen Fachkräften besucht. Darüber hinaus konnten bei den Medien-Infoabenden 20 Erziehungsberechtigte erreicht und für Themen rund um digitale Medien sensibilisiert werden.

2.6 Fach- und Informationsveranstaltungen

Im Jahr 2025 waren drei Informationsveranstaltungen vorgesehen. Im Verlauf des Jahres konnte das Angebot auf insgesamt sieben Fach- und Informationsveranstaltungen für (angehende) pädagogische Fachkräfte erweitert werden. Im Rahmen der Fach- und Informationsveranstaltungen wurden vielfältige medienbezogene Themen aufgegriffen und vertieft. Dazu zählten unter anderem die Mediennutzung in der Kindheit, Soziale Netzwerke, medienpädagogische Ansätze in der Sozialen Arbeit, die Rolle von Influencer:innen, Medienabhängigkeit sowie aktuelle Entwicklungen im Bereich der Künstlichen Intelligenz. Ziel war es, den Teilnehmenden ein fundiertes Verständnis für die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen im digitalen Raum zu vermitteln und sie für Chancen und Risiken moderner Mediennutzung zu sensibilisieren. Die inhaltliche Vermittlung erfolgte über eine abwechslungsreiche didaktische Gestaltung. Ein besonderer Schwerpunkt lag dabei auf der eigenen Erprobung medienpraktischer Anwendungen. Durch das Kennenlernen und Ausprobieren verschiedener Apps erhielten die Teilnehmenden einen direkten Einblick in aktuelle digitale Trends und Nutzungsgewohnheiten junger Menschen.

Tabelle 1: Angebotene Infoveranstaltungen im Jahr 2025 (Quelle: Jugendhilfswerk Freiburg e. V., eigene Darstellung)

Datum	Zielgruppe	Titel	Teilnehmende
22.01.2025	Studierende der Sozialen Arbeit	Medien in der Sozialen Arbeit	15
28.03.2025	Pädagogische Fachkräfte	WhatsApp, Instagram und Co. – Medienflut?! Wann ist viel zu viel?	15
01.04.2025	Studierende der Sozialen Arbeit	Digitale Medien und Soziale Arbeit: Risiken und Chancen	15
12.-13.05.2025	Pädagogische Fachkräfte	Medien in der Kindheit	5
24.06.2025	Studierende der Sozialen Arbeit	Digitale Medien und Soziale Arbeit: Risiken und Chancen	15
08.07.2025	Pädagogische Fachkräfte	Influencer:innen auf Social Media	11
08.-09.10.2025	Pädagogische Fachkräfte (Kita)	Medien in der Kindheit	20

Die große Nachfrage nach medienpädagogischen Workshops, Fortbildungen und Informationsveranstaltungen spiegelt den großen Bedarf an niedrigschwelligen, praxisnahen Angeboten zur Förderung der Medienkompetenz wider.

3. GEKO – GESUNDHEIT. EMPOWERMENT. KOMPETENZ. OFFENHEIT. EIN PROJEKT ZUR STÄRKUNG DER GESUNDHEITLICHEN CHANCENGLEICHHEIT IN MANNHEIM-RHEINAU. (PROJEKTLAUFZEIT: 01.11.2026 – 31.10.2028)

Das Projekt „GEKO“ wird über Duha e. V. - Verein für soziale Dienste in Mannheim durchgeführt. Schwerpunkt ist die kultursensible Betreuung in den Bereichen Kinder-, Jugend-, und Familienhilfe sowie die Betreuung und Beratung von Menschen mit Behinderung. Der Verein ist eine sozialraumorientierte Einrichtung mit langjähriger Erfahrung in der Begleitung von Menschen in unterschiedlichen Lebenslagen. In der täglichen Arbeit spielen gesundheitsbezogene Themen wie Teilhabe, psychisches Wohlbefinden, gesunde Entwicklung und die Belastung durch Pflegeverantwortung eine zentrale Rolle.



3.1 Zielgruppe und Ziele des Projekts

Ziel des Projekts ist es, Gesundheitschancen zu verbessern, indem durch die partizipative Gestaltung gesundheitsförderlicher Lebenswelten strukturelle Bedingungen geschaffen werden, die das Gesundheitsverhalten der Zielgruppe nachhaltig positiv beeinflussen. Neben verhältnispräventiven Maßnahmen findet die Verhaltensprävention insbesondere durch Angebote in den Handlungsfeldern Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung statt. Zielgruppe sind Erwachsene und junge Erwachsene ab 18 Jahren, Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sowie Menschen mit Beeinträchtigung. Im Mittelpunkt stehen die Förderung von Gesundheitskompetenz, die Stärkung von Selbstwirksamkeit sowie der Abbau gesundheitlicher Ungleichheiten.

3.2 Bedarfe und Erfahrungswerte aus dem Vorgängerprojekt

Erste projektbezogene Erfahrungen konnte Duha e. V. 2022 im Rahmen des bundesweiten Modellprojekts „Gemeinsam für ein gesundes Leben: Gesundheitsförderung für und mit Menschen mit Migrationshintergrund im Quartier“ (GgLiQ) sammeln. Das Projekt „GgLiQ“ zielte darauf ab gesundheitsförderliche Maßnahmen für und mit Migrant:innen zu entwickeln und diese im Quartier auszubauen. Dort wurden auch zentrale Bedarfe erhoben, wie der Zugang zu niederschwelligen Angeboten, das Bedürfnis nach bewegungs- und alltagsbezogenen Gesundheitsimpulsen im Quartier und die Unterstützung bei psychosozialen Belastungen durch die Sprachbarriere. Die Bedarfe, die aus

diesem Projekt deutlich wurden, waren Grundlage für die Auswahl der Zielgruppe und den Handlungsfeldern für das Projekt „GEKO“.

Bereits unser Vorgängerprojekt „Gemeinsam für ein gesundes Leben: Gesundheitsförderung für und mit Menschen mit Migrationshintergrund im Quartier“ hat deutlich gezeigt, wie entscheidend es ist, nah an den Lebensrealitäten der Menschen zu arbeiten. Gesundheitswissen darf nicht auf medizinische Fakten oder reine Informationsbroschüren reduziert werden. Es muss so vermittelt werden, dass es für alle Menschen verständlich und zugänglich ist.

Dabei spielen kulturelle Aspekte, Sprachbarrieren, die Rolle pflegender Angehöriger, Menschen in Risikolagen, Menschen mit Behinderungen und Menschen mit Migrationshintergrund eine zentrale Rolle. Häufig handelt es sich um Mehrfachbelastungen, die in der Gesundheitsversorgung gezielt berücksichtigt werden müssen, um chancengerechte Angebote zu schaffen.

Mit GEKO – Gesundheit. Empowerment. Kompetenz. Offenheit. bieten wir die Möglichkeit, gemeinsam mit einem Gesundheitsmanager auf diese vielfältigen Bedarfe einzugehen.

Ziel ist es, die Teilnehmenden zu stärken, ihre Selbstwirksamkeit zu fördern und ihre Perspektiven in die Gestaltung gesundheitsförderlicher Lebenswelten einzubringen.

Gleichzeitig ermöglicht das Projekt, die ermittelten Bedarfe in Steuerungsgremien einzubringen und auf diese Weise strukturelle Verbesserungen in der gesundheitlichen Versorgung zu unterstützen.

GEKO ist damit ein Schritt hin zu einer Gesundheitsförderung, die nicht nur informiert, sondern Menschen aktiv einbindet, ihre Ressourcen stärkt und gesundheitliche Chancengleichheit im Quartier realisiert.

Merican Özcan, Projektkoordinatorin

3.3 Planung handlungsfeldbezogener Maßnahmen

Die Planung umfasst sowohl theoretische als auch praktische Ansätze, abgestimmt auf die Zielgruppen Erwachsene und junge Erwachsene ab 18 Jahren sowie Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren. Die Zielgruppe Kinder und Jugendliche unter 18 Jahre umfasst auch Menschen, die eine Einschränkung haben, bspw. eine Entwicklungsverzögerung. Die Inhalte der Angebote werden gemeinsam mit den Teilnehmenden weiterentwickelt und mit Blick auf die Lebensrealitäten vor Ort umgesetzt. Eine zeitlich versetzte Durchführung der Handlungsfelder ermöglicht eine gezielte und effektive Umsetzung der Maßnahmen. So können Ressourcen gebündelt, erste Erfahrungen aus vorangegangenen Aktivitäten genutzt und einzelne Handlungsfelder bedarfsorientiert weiterentwickelt werden. Zudem wird eine Überforderung der Zielgruppen vermieden, die Motivation erhalten und die nachhaltige Verankerung der Angebote unterstützt.

Der Zusammenhang von Klima und Gesundheit wird im Projekt GEKO als Querschnittsthema verstanden und findet in den drei Handlungsfeldern – Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung – auf alltagsnahe, niedrighschwellige Weise Berücksichtigung. Ziel ist es, die Teilnehmenden für die Wechselwirkungen zwischen individuellem Verhalten, Umweltbelastung und gesundheitlichem Wohlbefinden zu sensibilisieren und dabei Handlungsspielräume im Alltag aufzuzeigen, die sowohl der eigenen Gesundheit als auch dem Klima zugutekommen.

3.3.1 Geplante Maßnahmen aus dem Handlungsfeld Bewegung

Der Zielgruppe der Erwachsenen und jungen Erwachsene ab 18 Jahren gehören auch pflegende Angehörige, Menschen aus Risikolagen sowie Menschen mit Migrationshintergrund an. Durch Vorträge und Workshops soll ihnen vermittelt werden, warum Bewegung wichtig ist und wie Bewegung und verschiedene Krankheiten zusammenhängen. Des Weiteren sollen Bewegungseinheiten, unter anderem in Form von Yoga, durchgeführt werden. Für die Zielgruppe der Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sollen gesundheitsorientierte Bewegungsangebote durchgeführt werden sowie Workshops mit einer spielerischen Einführung in das Thema Bewegung. Darüber hinaus werden umweltfreundliche Mobilität und Bewegungsverhalten, wie z. B. der Weg zu Fuß oder mit dem Fahrrad als positive Routinen im Alltag gestärkt.

Gesundheitsförderung gelingt am besten, wenn wir die Menschen in ihrer Lebensrealität abholen. Im Projekt GEKO setzen wir auf Beteiligung, praktische Angebote und Empowerment, um individuelle Ressourcen zu stärken und gesundheitliche Chancengleichheit im Quartier zu verbessern. Gleichzeitig möchten wir unsere Angebote so gestalten, dass die Teilnehmenden im Quartier Rheinau selbst aktiv werden können. Im aktuellen Handlungsfeld Bewegung zeigen wir beispielsweise, wie die Teilnehmenden Alltagsroutinen nutzen können, um Bewegung regelmäßig in ihren Alltag zu integrieren – durch Wege zu Fuß, aktive Pausen oder gemeinschaftliche Bewegungsangebote im Quartier. Neben der Praxis ist auch das theoretische Wissen wichtig: Hier möchten wir Informationen und Wissen über Gesundheit und die jeweiligen Handlungsfelder vermitteln, z. B. über Risikofaktoren, die positiven Einflüsse von Bewegung auf die Gesundheit oder andere gesundheitsrelevante Themen. So fördern wir nicht nur die Gesundheit, sondern gestalten das Quartier nachhaltig und umweltbewusst.

Yunus Hakan Kavak, Gesundheitsmanager

3.3.2 Geplante Maßnahmen aus dem Handlungsfeld Stress- und Ressourcenmanagement

Erwachsene und junge Erwachsene ab 18 Jahren sollen lernen, was unter Stress zu verstehen ist und wie sich dieser auf den eigenen Körper auswirkt. Außerdem sollen Vorträge und Workshops dabei unterstützen, bspw. Entspannungsmethoden und Atemtechniken zur Stressbewältigung kennenzulernen. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sollen ebenfalls eine altersgerechte Einführung in das Thema Stress bekommen. In Gruppenarbeiten, Rollenspielen und anderen Kreativmethoden sollen sie ebenfalls Methoden zur Förderung von Entspannung und Erholung erlernen. Im Handlungsfeld Stressmanagement wird mit den Teilnehmenden auch darüber geredet, welche Umweltfaktoren Stress auslösen – z. B. Lärm oder fehlende Grünflächen. Auch Hitzeperioden oder klimabedingte Naturereignisse können belasten. In den Angeboten geht es unter anderem darum, diese Stressfaktoren bewusst wahrzunehmen, eigene Wege zur Entlastung zu finden und gemeinsam Orte im Quartier zu entdecken, die Ruhe und Erholung ermöglichen.

3.3.3 Geplante Maßnahmen aus dem Handlungsfeld Ernährung

Auch im Handlungsfeld Ernährung wird nach den zwei genannten Zielgruppen unterschieden. Erwachsene und junge Erwachsene ab 18 Jahren sollen z. B. durch Einkaufstraining und Kochworkshops lernen, mit kleinem Budget gesund einzukaufen und mit regionalen und saisonalen Zutaten gesund und ausgewogen zu kochen. Durch Vorträge sollen sie außerdem beispielsweise Informationen über eine nachhaltige Ernährung im Alltag erhalten. Auch Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sollen erfahren, was gesunde Ernährung bedeutet, welche gesunden Snacks in eine bunte Pausenbox gehören und was gesunde Alternativen zu Süßigkeiten sind.

3.3.4 Ergänzende Gesundheitsdialoge

Darüber hinaus werden für Erwachsene und junge Erwachsene ab 18 Jahren insgesamt neun Gesundheitsdialoge zu jeweils zwei Stunden angeboten. Dabei soll es unter anderem um die Bedeutung von Gesundheitszielen im Alltag gehen, um den Umgang mit Rückschlägen, die Motivation für ein gesundheitsförderliches Verhalten, die Bedeutung sozialer Unterstützung sowie Gruppenprozessen für Gesundheitsverhalten. Durchgeführt werden die Gesundheitsdialoge in Form moderierter Gruppengespräche.

Für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahre sind keine gesonderten Gesundheitsdialoge vorgesehen. Ihre Rückmeldungen erfolgen im Rahmen der laufenden Angebote durch kreative und altersgerechte Beteiligungsmethoden. So können sie sich z. B. mithilfe einer Ideenbox aktiv mit Wünschen und Vorschlägen einbringen oder über Emotionssymbole und Farbkarten ausdrücken, wie sie sich während der Aktivitäten gefühlt haben. Ergänzend bieten kurze Reflexionsrunden Raum für ihre Perspektiven. Diese Formate ermöglichen eine altersgerechte Partizipation und stellen sicher, dass die Erfahrungen und Bedürfnisse der jungen Teilnehmenden in die Weiterentwicklung des Projekts einfließen.

Im Folgenden erzählt eine Teilnehmerin, die bereits im Vorgängerprojekt „GgLiQ“ sehr engagiert war und nun Teil des Projekts „GEKO“ ist, welche Eindrücke oder neuen Erfahrungen sie aus den bisherigen Angeboten gewonnen hat und welche Wünsche und Erwartungen sie an die kommenden Angebote hat:

[...] genauso wie das Vorgängerprojekt, gefällt mir das „GEKO“-Projekt sehr gut. Bereits bei den ersten Veranstaltungen habe ich sehr viel mitgenommen. [Der Gesundheitsmanager] hat sehr viel Fachkompetenz, die er uns vermittelt hat, dabei ist er auch auf unsere Wunschthemen eingegangen. Er kommt auch immer mit einem sehr gut vorbereiteten Konzept. Auch auf die Wehwehchen der Teilnehmerinnen ist er eingegangen und hat sie fachmännisch beraten. Ich freue mich schon auf die nächsten Treffen, da ich weiß, dass uns viel Schönes und Nützliches erwartet. Beim ersten Treffen hat uns [die Projektkoordinatorin] grob den Ablauf vom Projekt erklärt, und auch teilweise erwähnt, wer uns die nächste Zeit unterstützen und begleiten wird (Trainer, Yogalehrer, Psychologen...). Dabei schaut sie gezielt, was im Projekt gemacht werden soll, und lässt dabei auch unsere Interessen nicht unbeachtet. Bei den ersten Treffen hat [der Gesundheitsmanager] einige Übungen gezeigt, die unsere Körperhaltung im Alltag positiv beeinflussen, da wir durch Fehlhaltungen z. B. Rücken- und Genickschmerzen haben. Bereits durch das Vorgängerprojekt haben viele Positives dauerhaft in ihr Leben integriert. Ich bin mir sicher, dass hier auch für viele einiges in ihrem Leben verändert. Persönlich achte ich seitdem darauf, dass ich mehr laufe. Auch meine Ernährung und Wasserzufuhr habe ich umgestellt. Das Resultat ist ein deutlich sichtbarer Gewichtsverlust, was für das Projekt spricht. Abschließend finde ich, sollte dieses Projekt deutschlandweit für mehrere erreichbar sein. Es ist schön, dass Gesundheit gefördert wird und vor allem kostenlos und kompetent. Eine Freundin von mir hat erst letzte Woche erwähnt, dass die neuen Kontakte ihr sehr guttun. Allein mit anderen zusammenzukommen hat schon einen großen Nutzen. Bis zum nächsten Termin, ich freue mich schon.

Antwort der Teilnehmerin

4. VDEK-VERANSTALTUNG „ZIELBILD GESUNDHEIT – STARKE VERSORGUNG, STARKE DEMOKRATIE“

Gesundheitspolitische Veranstaltung der vdek-Landesvertretung am 21. Oktober 2025 - Starke Gesundheitsversorgung und starke Demokratie bedingen einander

Bei der gesundheitspolitischen Veranstaltung der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg am 21. Oktober 2025 in Stuttgart diskutierten sechzig ausgewiesene Expert:innen des baden-württembergischen Gesundheitswesens über das Spannungsfeld von guter Gesundheitsversorgung und einer starken Demokratie.



Abbildung 7: Frank Winkler, Moderator und Leiter Politik und Kommunikation der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Dr. Karsten Braun, Vorsitzender des Vorstands der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg, Andreas Klein, Vorstandsvorsitzender Medizinischer Dienst Baden-Württemberg, Michael Mruck, Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, Peter Weiß, Bundeswahlbeauftragter für die Sozialwahlen, Nadia Mussa, Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg, Matthias Einwag, Hauptgeschäftsführer der Baden-Württembergischen Krankenhausgesellschaft (BWKG) (von links nach rechts). (Quelle: vdek)

Das Gesundheitswesen steht permanent vor Herausforderungen und muss auch aktuell wieder den Stresstest von ökonomischen Anforderungen auf der einen Seite und tradierten Strukturen auf der anderen Seite bestehen. Was geschieht aber, wenn wir die Herausforderungen zukünftig nicht mehr ausreichend bewältigen? Welche Auswirkungen hätte das auf unser Gemeinwohl und auf die Institutionen im Gesundheitswesen und letztlich auch auf die demokratischen Strukturen? Was kann jeder Einzelne dafür tun und welche Rolle soll und kann die Selbstverwaltung spielen? Wo beginnt und wo endet die systemische Verantwortung der Akteurinnen und Akteure im Gesundheitswesen? Müssen auch wir uns ändern und möglicherweise ganz neue Wege gehen, um unsere bewährten Strukturen zu erhalten?



Abbildung 8: Frank Winkler moderierte (Quelle: vdek)

Es bestand Einigkeit bei den Diskutierenden im Talk: In einem demokratischen Regierungssystem ist es wichtig, Probleme zu erkennen und zu lösen sowie allgemein verbindliche und verlässliche Entscheidungen für die Gesundheitsversorgung zu treffen. Entscheidend ist, den Willen der Bevölkerung aufzunehmen, zu berücksichtigen und am Ende auch umzusetzen. Die Beteiligung der Bürgerinnen und Bürger ist zu gewährleisten.

Michael Mruck, Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, machte in seiner Begrüßungsrede deutlich, dass die Stabilität unserer Demokratie heutzutage zunehmend fragil erscheine. „In einer Zeit multipler Krisen, Bedrohungen und manifester Veränderungen wirken jedoch die Sozialversicherungssysteme nach wie vor als systemstabilisierendes Element.“



Abbildung 9: Interessiertes Publikum (Quelle: vdek)

Den Auftakt zum Thema „Zielbild Gesundheit – starke Versorgung, starke Demokratie“ machte Peter Weiß, Bundeswahlbeauftragter für die Sozialwahlen, mit seinem an Erkenntnissen reichen, aber auch sehr emotional gehaltenen Impulsreferat. „Wir müssen uns für unser Sozialversicherungssystem – das eine Geschichte hat und ein Erfolgsmodell ist – einsetzen, erklären und engagieren. Die erfolgreich verlaufenen Onlinewahlen bei den letzten Sozialwahlen leisten im Sinne der Beteiligung einen wertvollen Beitrag für unsere Demokratie.“ Er machte deutlich, weshalb es in einem demokratischen Regierungssystem so wichtig ist, Probleme zu lösen und allgemein verbindliche sowie verlässliche Entscheidungen zu treffen. Entscheidend ist, den Willen der Bevölkerung aufzunehmen, zu berücksichtigen und am Ende auch umzusetzen. „Die Beteiligung der Bürgerinnen und Bürger ist zu gewährleisten!“, so Weiß.



Abbildung 10: Impulsreferat von Peter Weiß, Bundeswahlbeauftragter für die Sozialwahlen (Quelle: vdek)

In der sich anschließenden Diskussion unter Moderationsleitung von Frank Winkler, stellvertretender Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg, kamen die Expert:innen des baden-württembergischen Gesundheitswesens in einem kontroversen, aber immer konstruktiven Austausch zu Wort.

Dr. Karsten Braun, Vorsitzender des Vorstands der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg, hob vor allem hervor, was unser Gesundheitswesen leistet. In punkto Legitimation und Prozesse können wir durchaus besser werden. Die Selbstverwaltung leiste einen wichtigen Beitrag. „Bei der Effizienz und der Beteiligung gibt es ‘Luft nach oben’. Vieles an unserer Gesundheitsversorgung werde aber leider auch schlecht geredet. Klagen gehört wohl zum Geschäft.“

Andreas Klein, Vorstandsvorsitzender Medizinischer Dienst Baden-Württemberg, unterstrich insbesondere die Verteilungs- und Versorgungsgerechtigkeit im Gesundheitswesen. „Verteilungsgerechtigkeit ist ein wesentliches Fundament einer demokratischen Grundversorgung. Demokratie lebt von Institutionen, die unabhängig, transparent und kompetent sind. Für Bürger:innen muss immer klar sein, dass es in unserem Land gerecht zugeht, Unabhängigkeit gewährleistet ist und Verlässlichkeit besteht. Versorgungsqualität heißt auch, auf der Grundlage von Regeln solidarisch zu sein.“

Matthias Einwag, Hauptgeschäftsführer der Baden-Württembergischen Krankenhausgesellschaft (BWKG), wies auf die Orte der Daseinsvorsorge im Gesundheitswesen hin. „Gesundheitseinrichtungen, ob Pflegeeinrichtungen, Rehabilitationskliniken oder Akutkrankenhäuser sind Einrichtungen der Daseinsvorsorge. Das muss funktionieren. Bürger:innen wollen und erwarten das. Funktioniert das nicht, wenden sich die Bürger ab.“



Abbildung 11: Nadia Mussa, Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg (Quelle: vdek)

Nadia Mussa, Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg, konstatierte: „Demokratie heißt für mich: ringen um die beste Lösung. Erklären. Menschen kennen sich in unserem Gesundheitssystem oftmals nicht aus, auch weil es an der notwendigen Gesundheitskompetenz fehlt. Hier müssen wir uns gemeinsam weiter engagieren und erklären.“ Sie erinnerte an baden-württembergische Wege etwa bei Mustervereinbarungen, wie docdirekt oder der Schlaganfallversorgung in Baden-Württemberg, welche pragmatisch weiter gegangen werden müssen. „Grundsätzlich dürfen wir in der Gesundheitsversorgung nicht emotional handeln, sondern müssen sachlich und Fakten basiert agieren. Die Bürgerinnen und Bürger erwarten das in einer Demokratie zu Recht.“

In seinem Schlusswort resümierte Michael Mruck, dass die partnerschaftliche Zusammenarbeit bei der Lösung von Herausforderungen in der Gesundheitsversorgung essenziell sei. „Wir arbeiten im Gesundheitswesen in Baden-Württemberg konstruktiv und vertrauensvoll miteinander und werden dies auch weiterhin gemeinsam pflegen. Die Krankenkassen setzen sich immer für die Interessen ihrer Versicherten ein. Das ist auch ein Stück gelebte Demokratie.“



Abbildung 12: Schlusswort Michael Mruck (Quelle: vdek)

Programmablauf

17:30 Uhr
Begrüßung
Michael Mruck
Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg

17:35 Uhr
Zielbild Gesundheit – starke Versorgung, starke Demokratie
Peter Weiß
Bundewahlbeauftragter für die Sozialwahlen

17:50 Uhr
im Dialog
Frank Winkler
Stellv. Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg

im Gespräch mit
Beatrix Vogt-Wuchter
Vorstandsvorsitzende der Liga der Freien Wohlfahrtspflege Baden-Württemberg

Dr. Karsten Braun
Vorsitzender des Vorstands der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg

Andreas Klein
Vorstandsvorsitzender Medizinischer Dienst Baden-Württemberg

Matthias Einwag
Hauptgeschäftsführer der Baden-Württembergischen Krankenhausgesellschaft (BWKG)

Nadia Mussa
Leiterin der TK-Landesvertretung Baden-Württemberg

19:00 Uhr
Schlusswort
Michael Mruck
Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg

Moderation
Frank Winkler
Stellv. Leiter der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg

19:10 Uhr
Gemeinsamer Ausklang
mit guten Gesprächen am Büffet

Abbildung 13: Programmablauf der Veranstaltung am 21. Oktober 2025 (Quelle: vdek)



VDEK-VERANSTALTUNG AM 24. NOVEMBER 2026

Die nächste gesundheitspolitische Veranstaltung der vdek-Landesvertretung Baden-Württemberg findet am 24. November 2026 statt und wird sich mit dem Thema „Zielbild Gesundheit - Demografie und Pflege in Baden-Württemberg“ befassen. Mit dabei sein werden Beatrix Vogt-Wuchter, Vorstandsvorsitzende der Liga der freien Wohlfahrtspflege in Baden-Württemberg und Oliver Blatt, Vorstandsvorsitzender des GKV-Spitzenverbandes.

Bleiben Sie auf dem Laufenden!

Auf der Homepage der vdek-LV Baden-Württemberg können Sie unter ...

Themen >

Prävention und Gesundheitsförderung >

Gesunde Lebenswelten >

Gesund vor Ort

Gesund im Pflegeheim

... weitere Informationen zu den Projekten in den jeweiligen Settings erhalten!

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen:

[Techniker Krankenkasse \(TK\)](#), [BARMER](#), [DAK-Gesundheit](#), [KKH Kaufmännische Krankenkasse](#), [hkk – Handelskrankenkasse](#) und [HEK – Hanseatische Krankenkasse](#).

Die Ersatzkassen versichern zusammen etwa 29 Millionen Menschen in Deutschland, davon über drei Millionen in Baden-Württemberg. Beim vdek arbeiten bundesweit etwa 800 Beschäftigte. Hauptsitz des Verbandes ist Berlin. Für die regionale Präsenz der Ersatzkassen in Baden-Württemberg sorgt die vdek-Landesvertretung in Stuttgart.



IMPRESSUM

Herausgeber

Landesvertretung Baden-Württemberg

Verband der Ersatzkassen (vdek)

Christophstr. 7, 70178 Stuttgart

www.vdek.com

Telefon 07 11 / 2 39 54 -19

E-Mail frank.winkler@vdek.com

Redaktion Jill Stahl, Frank Winkler

Verantwortlich Michael Mruck, Frank Winkler

Stand März 2026

Literaturverzeichnis

Duha e. V. (2025). *Projektskizze „GEKO - Gesundheit. Empowerment. Kompetenz. Offenheit.“*

GKV-Spitzenverband (2025). *Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V in der Fassung vom 17. Dezember 2025.* Berlin. Letzter Zugriff am 26.03.2026 unter URL: https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention/praevention_leitfaden/20251218_Leitfaden_Praevention_2025_barrierefrei.pdf

Jugendhilfswerk Freiburg e. V. (2026). *Next Balance. Workshops und Infoabende zum Thema Gesundheit und Medien.* Letzter Zugriff am 19.03.2026 unter URL: <https://www.jugendarbeit-jhw.de/angebote/next-balance/>

Jugendhilfswerk Freiburg e. V. (2026). *Statusbericht Next Balance – Stärkung der psychischen und physischen Gesundheit durch einen bewussten Umgang mit Schönheits- und Fitnessinhalten in sozialen Medien.*

klicksafe (2024). *Cybergrooming. Sexuelle Gewalt im Internet.* Letzter Zugriff am 19.03.2026 unter URL: https://www.klicksafe.de/fileadmin/cms/download/Material/Cybergrooming-to-go_Material-paed-Praxis_klicksafe.pdf

Landkreis Karlsruhe (2026). *Abschlussbericht Suchtfrei im Alter.*

Landkreis Karlsruhe (o. J.). *Suchtfrei im Alter.* Letzter Zugriff am 19.03.2026 unter URL: <https://www.landkreis-karlsruhe.de/suchtfreimalter>